

УДК 371.4:613.955

УПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГЮЧИХ ЗАХОДІВ У ШКІЛЬНИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД

Ткачова Н. О.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

Харків, Україна

У статті проаналізовано стан навчально-виховного процесу в сучасних шкільних закладах у світлі проблеми формування здоров'я учнів, визначено основні педагогічні заходи, які сприяють його збереженню.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язберігаючі заходи, досвід емоційно-ціннісного ставлення.

In the article the educational process state is analysed in modern schools and the problems of forming of health of students are rotined, basic pedagogical measures which are instrumental in maintainance are .

Keywords: health, здоровьесберегающие measures, experience, emotionally valued relation.

В статье проанализировано состояние учебно-воспитательного процесса в современных школах и показаны проблемы формирования здоровья учеников, определены основные педагогические мероприятия, которые способствуют его сохранению.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие мероприятия, опыт, эмоционально ценностного отношение.

За останні десятиріччя спостерігається значне погіршення стану фізичного і психологічного здоров'я учнівської молоді. Це зумовлює необхідність переорієнтації шкільних закладів на активне впровадження системи валеологічних заходів, які дозволяють у достатній мірі враховувати

індивідуальні особливості школярів, а головне – цілеспрямовано забезпечувати зміцнення їхнього здоров'я.

Метою статті є аналіз життєдіяльності сучасних шкільних закладів у світлі проблеми формування здоров'я учнів, а також визначення основних педагогічних заходів, впровадження яких забезпечує його збереження.

Аналіз наукової літератури свідчить, що окремі валеологічні аспекти організації освіти висвітлено у працях таких сучасних науковців, як Г. Апанасенко, Т. Бойченко, Н. Василенко, М. Гриньова, Р. Лідман, Н. Максимова, Н. Новикова, О. Петрик, Л. Попова, К. Самошкіна, В. Сидоров, Л. Чіп та ін.

Слід зазначити, що поняття здоров'я не можна зводити тільки до доброго фізичного самопочуття людини. Так, за визначенням науковців, що пропонується в державному документі «Охорона здоров'я в Україні», здоров'я — це стан повного фізичного, душевного й соціального благополуччя індивідуума, а не тільки відсутність у нього помітних хвороб чи фізичних дефектів. А під охороною здоров'я в цьому документі мається на увазі система заходів, спрямованих на «забезпечення і розвиток фізіологічних і психологічних функцій, оптимальної працездатності та соціальної активності людини при максимальній біологічній можливості індивідуальної тривалості життя» [2, с. 16].

Отже, робота щодо зміцнення здоров'я учнів має бути спрямована на формування всіх його складників, а саме — фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я. При цьому необхідно забезпечити гармонійний взаємозв'язок між ними, тому що таким чином можна створити оптимальні передумови для успішної самореалізації людини як особистості.

Аналіз результатів сучасних наукових досліджень свідчить про погіршення показників за усіма компонентами здоров'я школярів. Сьогодні вчені констатують уповільнення темпів фізичного і психічного розвитку дітей порівняно зі встановленими в науковій літературі нормами психоматичних

даних, має місце незадовільний рівень сформованості їхньої духовної культури, нездатність багатьох із них адекватно реагувати на проблеми у взаємовідносинах з іншими людьми та ін. Зокрема, у наукових працях зазначається, що 65-90 % школярів мають серйозні порушення нервово-психічної сфери, серед яких найбільш поширеними є хронічна втома, неврози, астеничні стани й депресії.

Дослідники (М. Безруких, В. Шпак) визначають різні негативні фактори (соціальні, економічні, генетичні, дидактогенні), дія яких негативно впливає на здоров'я підростаючого покоління. У ході останніх наукових пошуків з'ясовано, що вагома частка фізичних і психічних відхилень, які спостерігаються в сучасних школярів, пов'язана з дидактогенними причинами, зокрема навчальним перевантаженням учнів [4, с. 195-196].

Відомо, що кількість допустимих для школярів різного віку навчальних годин на добу чітко регламентується на державному рівні. Проте на практиці реальне навантаження учнів часто перевищується за рахунок додаткових занять, кружків і факультативів. Витрачений час щодо участі дитини в таких позакласних формах діяльності не завжди враховується в загальному режимі її життєдіяльності. Розумова втома учнів з'являється також внаслідок недотримання педагогами санітарно-гігієнічних вимог, неврахування вікових можливостей дітей та ін.

Так, в одній зі шкіл м. Харкова спостерігалось скорочення більшості перерв між уроками до п'яти хвилин, а найбільш тривалої — до десяти хвилин. Директор школи таку ситуацію пояснила тим, що учні навчаються у дві зміни, тому скорочення перерв дає можливість раніше закінчувати заняття для школярів другої зміни. Проте на практиці це призводило до того, що часу перерви учням вистачало тільки для переходу з одного кабінету в інший. Унаслідок такого режиму вони не тільки не могли нормально відпочити, а навіть задовольнити свої фізіологічні потреби.

У ході аналітичного вивчення висунутої проблеми також з'ясовано, що у значній кількості шкіл після обов'язкових для дітей уроків проводяться різноманітні додаткові заняття. Опитування школярів цих навчальних закладів свідчать, що сім-вісім уроків уже давно стало для них нелегальною нормою. Тому більшість із них страждають на головну біль, почуття хронічної втоми, падіння працездатності.

Проте з наукових праць встановлено, що нераціональне збільшення обсягу праці детермінує посилення обмінних процесів у м'язових або нервових клітинах організму людини, внаслідок чого виділяється значна кількість різноманітних отруйних продуктів цього обміну. Для того, щоб організм дитини міг звільнитися від цих шкідливих речовин, важливо забезпечити йому достатньо часу для відпочинку. Втім на практиці педагоги більш стурбовані питаннями виконання навчальної програми та рівнем навчальних досягнень учнів, ніж станом їхнього здоров'я.

Ситуацію зі здоров'ям учнів погіршує і нераціональне використання часу урочних занять. Педагоги нерідко перевантажують пам'ять дітей фактологічним матеріалом, який під час опитування вони просто оновлюють на репродуктивному рівні. Зрозуміло, що така робота не сприяє збереженню здоров'я дитини.

Слід звернути увагу і на те, що значна кількість учителів у процесі педагогічної взаємодії не забезпечують створення сприятливих умов для виявлення учнями самостійності, творчого мислення, набуття досвіду емоційно-ціннісного ставлення до світу. Але ж сьогодні вже остаточно доведено, що саме такий досвід є провідним компонентом змісту шкільної освіти, і він набуває сьогодні особливої значущості.

Навчальні перевантаження учнів запобігають повною мірою використовувати і виховні можливості позаурочних заходів. Зокрема, проблема нестачі вільного часу в учнів для участі у шкільних виховних заходах посилюється необхідністю їхньої участі ще й у всіх виховних заходах

районного та міського масштабу. На практиці це призводять до того, що ці заходи проходять нерідко формально і не сприяють формуванню духовного світу дитини.

Отже, можна підсумувати, що, з одного боку, сьогодні проблема збереження та зміцнення здоров'я як комплексної властивості особистості знаходиться в центрі уваги науковців. Однак, з іншого боку, зміни в реальному шкільному житті з цього питання відбуваються дуже повільно. Як констатують фахівці, дотепер система шкільної освіти має здоров'явитратний характер і ґрунтується на технократичному типі мислення педагогів. А тому процес отримання загальної освіти молоддю дається їм занадто високою ціною — ціною руйнування власного здоров'я [1; 3].

На основі аналізу наукової праць з визначеної проблеми та реального стану організації навчально-виховного процесу у шкільному закладі нами зроблено висновок про те, що для зміцнення здоров'я учнівської молоді треба нагально провести низку заходів.

По-перше, важливо забезпечити не на папері, а в реальному навчально-виховному процесі впровадження здоров'язберігаючих педагогічних технологій, які передбачають оптимальне поєднання часу для різних видів розумової й фізичної діяльності та для відпочинку учнів.

По-друге, під час проведення навчальних занять учителям необхідно особливу увагу звертати на формування духовно-емоційного світу дитини, її морально-вольових якостей, набуття нею досвіду високоморальної поведінки.

По-третє, важливо забезпечити цілісну єдність між урочною та позаурочною виховною діяльністю, яка проводиться з учнями. Не можна допускати, щоб шкільне виховання зводилося до проведення чисто формальних заходів, які не зачіпають душу дитини. У сучасних умовах процес виховання має відбуватися через організацію спеціального середовища, яке стимулює дитину до виявлення активності, творчості, самоорганізації, до опанування вищих цінностей людства.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ирхин В. Н., Ирхина И. В. Валеологически обоснованный урок в современной школе. — Барнаул, 1998.
2. Охорона здоров'я в Україні: Нормативна база. – 2-е вид. — К., 2006.
3. Шамова Т. И. Давиденко Т. М. Управление образовательным процессом в адаптивной школе. — М., 2001.
4. Шпак В. П. Реабілітаційна педагогіка. — Полтава, 2006.